

# 心理护理干预对运动造成膝关节损伤患者负性情绪的影响探析

## Influence of psychological nursing intervention on negative emotion of patients with knee joint injury caused by sports

张雪美 曾秋芬 纪春秧 Zhang Xuemei, Zeng Qiufen, Ji Chunyang

(厦门大学附属中山医院 福建厦门 361004)

(Zhongshan Hospital Affiliated to Xiamen University, Xiamen, Fujian 361004)

**摘要:**目的:探讨针对运动造成膝关节损伤患者中采用心理护理干预对其负性情绪的影响。方法:选取本院2021年4月至2022年4月收治的膝关节损伤患者80例患者平均分入研究组(常规护理+心理护理干预)和参照组(常规护理),对比护理结果。结果:护理后研究组的情绪状态优于参照组,且患者的护理满意度高于参照组,差异有统计学意义( $P<0.05$ )。研究组患者的SCL-90评分与参照组相比有明显的优势,差异有统计学意义( $P<0.05$ )。结论:针对运动导致膝关节损伤的患者采用心理护理干预具有良好的情绪改善作用,可提高整体护理的效果。

**关键词:**膝关节损伤;负性情绪;心理护理;影响

**Abstract:** Objective: To explore the influence of psychological nursing intervention on the negative emotion of patients with knee joint injury caused by sports. Methods: 80 patients with knee injury admitted to our hospital from April 2021 to April 2022 were randomly divided into the study group (routine nursing+psychological nursing intervention) and the reference group (routine nursing), and the nursing results were compared. Results: After nursing, the emotional state of the study group was better than that of the reference group, and the nursing satisfaction of the patients was higher than that of the reference group, the difference was statistically significant ( $P<0.05$ ). The SCL-90 score of patients in the study group was significantly superior to that in the control group ( $P<0.05$ ). Conclusion: Psychological nursing intervention for patients with knee joint injury caused by exercise has a good effect on mood improvement and can improve the effect of overall nursing.

**Key words:** Knee joint injury; Negative emotions; Psychological nursing; influence

引言:膝关节损伤在临床中是较为常见的一种骨科疾病类型,运动损伤是导致患者疾病发生的主要原因,一般情况下常在举重运动、篮球和足球运动中多发,有可能引起多种疾病。近年来该病的发生率呈现出了逐渐上升的趋势。据相关研究表明,大部分膝关节损伤发生后,患者的负性情绪会随之发生,同时患者的状态也会下降,其中较为常见的情绪为沮丧、不安、抑郁和焦虑,患者的神经敏感度会下降,也会导致患者运动期间的感知能力下降。由于膝关节是身体重要的运动关节,损伤后对患者的生活质量有直接影响,且患者的情绪状态也会受到病情的影响,每况愈下,不利于临床治疗的顺利开展,对预后效果也有负面影响<sup>[1]</sup>。所以临床中需要重视患者的心理护理。基于此,本研究分析心理干预对负性情绪的影响,并选择部分患者接受不同护理方法,统计结果后作出如下报道。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

本院所收治的患者为研究样本选择的目标,类型为膝关节损伤患者,共抽取80例,研究开展的时间为2021年4月,结束时间为2022年4月。主要将心理护理干预作为主题,记录患者资料后,将其分到两个小组,一个小组为使用心理护理干预的研究组,另一个为常规护理的参照组,每组平均获得40例患者。研究组计算平均年龄数据时,最低年龄至最高年龄的范围为18岁-52岁,平均值为(32.16±2.35)岁。

对参照组患者的年龄情况进行分析,最低年龄至最高年龄范围为19岁-53岁,平均值为(33.02±2.46)岁。以上患

者的相关资料比较,未体现出较为显著的差异,说明所选患者的类型相似,作为对比内容具有较高的可信度,未体现出统计学意义( $P>0.05$ )。研究报经伦理委员会审批后开展。

### 1.2 方法

参照组患者接受护理期间,采用常规方案指导下的常规护理服务,在患者入院接受治疗的过程中,协助家属为患者办理相关手续,并指导患者完成各项检查,同时对患者的病情进行详细的评估。在患者接受住院治疗期间,对患者的各项生命体征进行监测,并了解病情变化,对患者进行疾病相关知识和预后知识进行讲解。

研究组在上述护理的基础上对患者应用心理护理干预,具体措施如下:(1)患者进入医院接受治疗时,护理人员与患者建立良好的沟通关系,对患者的心理状态进行评估,同时掌握患者的情绪状态,并与患者家属积极沟通,获取更高的信任,从而为后续工作配合度的提高打下基础。依据患者的心理和情绪状态进行心理护理。通常情况下,对患者每天进行1次心理疏导,时间控制在半小时以内。待患者情绪稳定后,每3天进行1次心理干预,每次时间缩减至10分钟,延续这种心理护理方法直至出院。在对患者进行心理护理的过程中,可采用以下阶段时护理方法:①初级阶段。患者发病入院时,大部分患者对疾病的了解有限,心中存在较多疑惑,且受到疾病的影响产生较多不适感,此时护理人员需要为患者讲解疾病相关知识,并告知不适产生的主要原因,提高患者的认知,使其能够正确地面对疾病的治疗,并适当地进行自我调节。②疾病治疗阶段。此时患者对自身病情有一定的认识,但不了解治疗方法和预后效果,这种情况下患者由于担心病情会产生较多不良情绪,如抑郁和焦虑等,所以

护理人员要与患者沟通,将疾病治疗方法和干预措施告知患者,使患者能够熟悉每个环节的内容,同时让护理人员充分认识到护理工作的重要性,提高临床各项工作的配合度。③康复阶段。通常情况下患者康复期间情绪相对稳定,但仍然存在部分不良情绪,此时护理人员需要对患者进行相应的指导,讲解治疗成功的案例,协助患者建立治疗的信心,从而提高患者的康复效果。(2)护理期间,护理人员与患者和家属建立良好的沟通关系,采用通俗易懂的语言讲解疾病、治疗以及预后的相关知识,进一步增加患者和家属的认知程度,并将整体治疗期间的相关注意事项告知,同时让患者认识到保持良好情绪状态及心理状态对疾病治疗和恢复的重要性,尽可能地稳定患者的情绪<sup>[2]</sup>。(3)在护理期间,护理人员要对沟通技巧进行充分的掌握,同时鼓励患者倾诉自身感受,保持耐心倾听,通过表情、动作表示附和及肯定。(4)在护理期间护理人员循序渐进地为患者提供放松治疗方法,指导患者进行肌肉放松,可为患者播放其喜欢的音乐,使其精神状态得到放松。(5)护理人员与患者的家属和亲友建立良好的沟通关系,告知患者家属相关护理方法,并让患者家属认识到患者情绪状态对治疗的影响,鼓励家属给予患者更多的关心和爱护,从而让患者感受到家庭的温暖,积极面对疾病。

### 1.3 观察指标

#### 1.3.1 护理前后情绪状态评估

在患者接受护理前以及护理后,分别对患者的情绪状态进行相应的评估,主要包括抑郁情绪和焦虑情绪。评价抑郁情绪时使用抑郁自评量表(SDS)完成评价,该量表中包含20个项目,每个项目采用5级评分法,总分100分,分数越高说明抑郁状态越明显。另外采用抑郁自评量表(SAS)完成焦虑状态的评分,该量表是由10项正向评分和10项反向评分组成,各个项目均采用4级评分法,分数越高说明患者的抑郁程度越深。统计相关数据后完成两组之间的对比和分析。

#### 1.3.2 护理满意度分析

采用自主设计的满意度调查问卷完成满意度的统计,总分100分,分为三个阶段,统计总满意人数并计算满意度,组间数据进行对比

#### 1.3.3 症状分析

对患者的各种症状进行分析,依据SCL-90症状自评量表进行评价,其中包括9个项目,每个项目总分5分,分数越高说明患者的症状表现即负性情绪表现越严重。

### 1.4 统计学处理

计数资料  $n(\%)$  和计量资料  $(\bar{x} \pm s)$  是研究中的主要数据组成部分;处理和分析时均采用计算机 SPSS 23.0 软件完成,分别对记录后的数据进行检验,即计量资料采用  $t$  完成检验;计数资料采用  $X^2$  完成检验,如果发现数据有明显的区别,则说明存在差异和统计学意义 ( $P < 0.05$ )。

## 2 结果

### 2.1 不同方法护理前后比较 2 组患者的情绪状况

两组患者护理前后情绪状态的改善和比较情况详情见表 1。

表 1 不同方法护理前后比较 2 组患者的情绪状况 ( $\bar{x} \pm s$ , 分)

组别	例数	SAS		SDS	
		护理前	护理后	护理前	护理后
研究组	40	56.22 ± 2.73	45.19 ± 2.67	57.43 ± 2.21	46.22 ± 2.02
参照组	40	55.96 ± 2.78	50.83 ± 2.74	56.39 ± 2.18	50.16 ± 2.21
t		0.57	5.289	0.178	4.125
P 值		> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05

### 2.2 不同方法护理后比较 2 组满意度

研究组护理后患者的满意度与参照组相比较,差异显著有统计学意义 ( $P < 0.05$ ), 见表 2。

表 2 不同方法护理后比较两组满意度 (n/%)

组别	例数	非常满意	基本满意	不满意	总满意度
研究组	40	30	9	1	39(97.5%)
参照组	40	25	8	7	33(82.5%)
$X^2$					8.235
P 值					< 0.05

### 2.3 两组护理后 SCL-90 评分比较

研究组护理后 SCL-90 各项评分与参照组相比均具有优势,差异显著有统计学意义 ( $P < 0.05$ ), 见表 3。

表 3 比较两组护理后 SCL-90 评分 (n/%)

项目	研究组 (n=40)	参照组 (n=40)	t	P
躯体化	0.88 ± 0.22	1.71 ± 0.23	3.487	< 0.05
强迫	0.90 ± 0.18	1.64 ± 0.27	2.496	< 0.05
人际关系	0.74 ± 0.18	1.63 ± 0.32	2.185	< 0.05
抑郁	0.68 ± 0.27	1.59 ± 0.34	4.521	< 0.05
焦虑	0.86 ± 0.20	1.62 ± 0.36	3.687	< 0.05
敌意	0.52 ± 0.08	1.62 ± 0.25	2.697	< 0.05
恐惧	0.54 ± 0.11	1.34 ± 0.23	4.568	< 0.05
偏执	0.30 ± 0.06	1.22 ± 0.22	3.235	< 0.05
精神病性	0.27 ± 0.04	0.96 ± 0.23	3.124	< 0.05

## 3 讨论

膝关节是人体重要的关节之一,其主要是由外侧踝、髌骨、股骨内、胫骨等构成,该关节是运动量、负重最大的一个关节,具有关节面大、结构复杂的特点<sup>[3]</sup>。该关节既能够进行伸屈运动,还能够进行旋转运动,同时还具有被动运动工作,如小范围内翻和外翻,具有较高的损伤可能性。就膝关节运动而言,其具有运动较为特殊的特点,构成关节决定了该特点,其中明显的体现就是韧带的制约作用和骨骼性状,局部疼痛、肿胀和关节活动受限是大部分患者损伤后的主要表现,急性损伤、慢性损伤、内外侧副韧带损伤、前后交叉韧带损伤、半月板损伤是主要损伤类型。导致膝关节损伤的主要原因是长期劳损和运动损伤,其中运动损伤较为常

见,运动期间可能出现非接触损伤和接触性损伤,该病具有较高的发生率,且发生数量呈现出上升趋势。大部分患者病情发生后,无法正常活动,对生活质量有直接的影响。由于病情发生具有突然性的特点,会导致不良情绪的产生,这种情况下临床治疗也会受到一定的影响,因此为了提高患者的临床配合度,需要对患者加强心理护理,缓解负性情绪<sup>[1]</sup>。

如今现代医学不断发展,许多新型医学理念不断创新,在患者接受治疗和护理的过程中,大部分医务人员充分认识到,想要提高患者的临床治疗效果,不仅仅要对患者的病情加强改善,还要提高患者的生理舒适度,同时对患者的心理舒适度提升加强重视。特别是膝关节损伤患者,对其展开针对性的心理护理能有效的降低患者对外界的敏感性。可有效减少患者的不良反应发生率,还能够使患者的临床效果得到提高,对其康复和预后积极影响,也为帮助患者建立康复的信心。当患者出现运动所致的膝关节损伤后,对其进行全面的心理护理,主要依据心理评估结果进行针对性的疏导,同时对患者展开相应的健康教育,给予患者心理支持和放松治疗,通过全面的护理提高护理工作的有效性,从而实现良好的护理效果。在实际应用中对患者进行心理评估和疏导,有利于对患者情绪状态进行全面的掌握,同时还可根据患者

低情绪表现和心理表现给予针对性的疏导,对患者负性情绪的减少有着积极作用。而健康教育的应用则是提高患者和家属对膝关节损伤的认知,使其能够充分的熟悉治疗方法和注意事项,积极配合临床治疗,从而提高恢复效果。支持和放松疗法是给予患者绝对的支持,并适当的鼓励,使患者的身心处于放松状态,对不良情绪有一定的缓解作用,有助于患者获得更好的情绪和心理。最后护理人员给予患者的家属和好友一定的鼓励,使其能够多陪伴患者,让患者感受到来自外界和家庭的支持,从而提高心理舒适度。

本研究对研究组患者采用心理护理干预措施,结果显示患者的不良情绪得到良好改善且优于对照组,护理满意度高于对照组,差异显著有统计学意义( $P < 0.05$ )。该结果表明,使用心理护理干预方法进行运动导致的膝关节损伤护理,能够提高患者的心理舒适度。另外有研究指出对患者采用心理护理后,患者的情绪状态评分明显优于常规护理的患者,结果存在差异,同时两组患者护理后的相关评分相比心理护理应用后的小组存在优势,与本研究结果基本一致。

综上所述,针对膝关节损伤患者采用心理护理干预,能够改善患者的情绪状态,提高护理满意度,值得借鉴和推广。

#### 参考文献:

- [1]邓学莉.心理护理干预对运动造成膝关节损伤患者负性情绪的影响研究[J].现代养生,2019(20):212-213.
- [2]刘春芳.心理护理对运动造成膝关节损伤患者负性情绪的影响分析[J].黑龙江中医药,2019,48(05):249-250.
- [3]刘睿.心理护理干预对运动造成膝关节损伤患者负性情绪的效果评价[J].首都食品与医药,2019,26(11):113.
- [4]吴范,高飞,郝东梅,高磊.心理护理干预对运动造成膝关节损伤患者负性情绪的价值研究[J].黑龙江科学,2019,10(04):96-97.
- [5]孙滢.心理护理干预对运动造成膝关节损伤患者负性情绪的影响分析[J].中国医药指南,2018,16(13):284-285.